



نگات خانه داری

■ کفش های تمیز و مرتب
کفش های چرمی را هیچ گاه در آفتاب یا کنار بخاری و یا شومیه خشک نکنید؛ بلکه داخل آن را با روزنامه خشک پرکنید تا رطوبت داخل آن گرفته شود و بعد از خشک شدن، روی آن را پولیش یا واکس بزنید.

■ پاک کردن لکه تازه تخم مرغ
برای پاک کردن لکه تازه تخم مرغ، محل لکه را با آب سرد بشویید و برای اثر لکه تخم مرغ بر روی پارچه، با آب ولرم و صابون محل لکه را شست وشو دهید و سپس با الکل و محلول رقیق آمونیاک، اثر لکه را برطرف کنید .

■ خرید پارچه

پارچه را متناسب با لباس مورد نظر انتخاب کنید. تکه ای از پارچه را در دستانتان مشت کنید تا مطمئن شوید پارچه خیلی زود چروک نمی شود. اگر پارچه در دستان شما خیلی زود چروک شد از خرید این پارچه منصرف شوید .

■ تمیز کردن سینک

جوش شیرین برای تمیز کردن سینک های استیل عالی عمل می کند. این ماده را به عنوان پودر تمیزکننده به کار کنید .

■ تمیز کردن پارچه میلمان

برای شستن و تمیز کردن پارچه میلمان، یک فنجان مایع ظرفشویی را رختشویی را با یک فنجان آب گرم مخلوط کنید و خوب هم بزنید تا کاملاً کف کند.سپس به کف پارچه یا برسی نرم، به آرامی کف را روی قسمت کوچکی از مبل امتحان کنید .

■ جرم گیری اتو های بخار

اتو های بخار به مرور زمان جرم می گیرند و گاهی هم منفذهای خروج بخار بسته می شوند. کمی سرکه سفید در محفظه آب آن بریزید و بعد از ۲۴ ساعت اتو را روشن کنید و اجازه دهید بخار کند تا آب و گچ آن خارج شود .

■ تمیز کردن فرکانز

برای تمیز کردن فرکانز می توانید در منزل یک پاک کننده ای ارزان بسازید. یک قاشق چایخوری مایع ظرفشویی، یک قاشق چای خوری آب لیموترش و یک و نیم فنجان ماست را روی سطح کهنده را در یک لیوان آب گرم حل کنید .

■ تمیز کردن فرش

پیش از تمیز کردن فرش، حتماً خوب جارو بزنید تا گرد و غبار آن گرفته شود. با مقداری ماست لکه هایی را که تازه روی فرش به وجود آمده پاک کنید. برای این منظور ماست را روی سطح لکه بریزید و با یک قاشق جمع کنید. سپس با دستمال تمیز خوب خشک کنید .

■ شارژ کردن باتری

همیشه قبل از شارژ کردن باتری ها، بگذارید که باتری کاملاً خالی شود

■ خوشبو کردن حمام

برای خوشبو شدن حمام کمی عطر یا روغن معطر روی حباب روشنائی داخل حمام بمالید زمانی که چراغ را روشن می کنید، گرمای ناشی از لامپ، عطر را در هوا پراکنده می کند .

بانوی دریا

خواستگاری در سوپر مارکت!

■ فراز

بدبختانه منم جوابی نداشتم که برایش جور کنم تا دلش را به آن خوش کند . در نتیجه برای رهایی از دیدن قیافه نگران و مضطرب مامان تصمیم گرفتم باروبندیلر را ببندم و یک سفر اروپا بروم شاید پرداختن به تحصیل زبان خارجه که مد روز شده مقداری از وقتم را بگیرد و فکر مامان را هم به موضوعات تازه تری جلب کند .

چند ماهی در انگلیس بودم و مثل بقیه سفر کرده ها انگلیسی می خواندم تا این که تعطیلات فرحبخش تابستانی فرا رسید و من با هیجان و اشتیاق فراوان آماده بازگشت به وطن شدم که دیداری تازه کنم و بعد از مدتی استراحت و تمرین زبان فارسی یاز برای ادامه تحصیل به انگلیس برگردم . از همان لحظه ای که از سالن گمرک فرودگاه خارج شدم گمروک فرودگاه خارج شدم مادرم با علاقه و محبت زبانی بسوی من آمد و مرا در آغوش کشید و هزار بار خدا را شکر کرد که باز مرا زنده و سالم دیده است ، انگار قرار بود بلائی سرم بیاید . وقتی هم که بخانه رسیدم ، مثل اینکه من مسافری از کره مریخ باشم همه را خبر کردتا برای دیدنم به منزلمان بیایند و خودش هم مدام مراقب بود که یکوقت کم و کسری پیش نیاید یا چیزی فکرم رامشغول نکند .

این جا بود که دلم بحال خواهر کوچکترم سوخت که چون هنوز مقیم وطن بودند . ارج و قربی در منزل نداشتند و در ضمن به عروس فرنگیهائی که با یک دنیا عشق و علاقه در خانواده های ایرانی پذیرفته می شوند حسادت ورزیدم که مدت هاست از این همه ناز و ونوازش برخوردارند و من تازه داشتم مزه آنرا می چشیدم . دو سه روزی را در حال استراحت مطلق و مدام در تخیلخواب گذراندم.

مامان بر خلاف سابق (زمان قبل از سفر) که صبح ها قبل از ساعت هفت چندین جیق سرم میزد تا از خواب بیدار شوم بعد بخاطر تبلی و بی خوابی من کلی داد و بیداد راه می انداخت ، حالا دیگر با قربان صدقه و الهی قدات شوم مرا ازخواب ناز بیدار می کرد . آنهم ساعت ده و نیم ، یازده و بعد هم بی برنامهگی تکرار می شد .

یکروز از بیکاری آنقدر به جان آمدم که به مامان التماس کردم شما با بخدا بمن کاری بگویند . آخر ناسلامتی منم دختر شما هستم ، غریبه که نیستم ... و او باز هم با همان قربان صدقه رفتن های معمولش حرف مرا قطع کرد و گفت : بمیرم الهی دخترم خسته است، چند ماه تو انگلیس درس خونده زحمت کشیده، حالا موقع تعطیلات بخواد انیشت کن؟ محاله، محاله. اما من آنقدر التماس کردم که دلش سوخت و راضی شد که همراهش به خرید بروم .

با خوشحالی لباسهایم را عوض کردم و همراه مامان راه افتادم توی سوپر مارکت نزدیک منزلمان که مامان همه خرید ها را از آن جا می کرد ، به کلی دوست و آشنا برخوردیدم و مامان سرش به حرف



می کردند آن هائی هم که خودشان یک خرده بیشتر سرشان می شد شروع می کردند تند و تند انگلیسی بلغور کردن و توقع داشتند منم با جملات رسا و فصیح جوابشان را بدهم در صورتیکه حرف زدن آنها را خود انگلیسی ها هم نمی فهمیدند . چه رسد به من بخت برگشته ! در گیر و دار امتحانات برایم زبانی در سوپر مارکت بودیم که یکهو چشم مامان به آشنای دیگری افتاد که گویا همان موقع تازه وارد شده بود . بود ولی با وجود آن بوی فیک توری که به موهایش زده بود و آنها را مثل چوب خشک کرده بود از ده متری به مشام می رسید ، با لبخند بزرگوارانه بسوی ما آمد وبعد از اینکه مامان با آب و تاب برایش تعریف کرد که بله ، دخترم تازه از خارج اومده و می خواهد تعطیلات را با ما بگذارند با لحن نیشداری پرسید : خوب دختر جون آن جا چیکار می کردی؟

ازدواج دیر هنگام جوانان بقدری پدیر و مادرها را به وحشت انداخته که حاضرند دست پهر کاری بزنند تا شاید بتوانند هر چه زودتر فرزندانشان را به خانه بخت بفرستند . حالا کدام بخت ؟ خدا می داند ... یکسال پیش که من بیست و یکسال از زاده روزم را جشن می گرفتم آشکارا آثار نگرانی بخاطر این امر را در چهره مادرم می دیدم . مامانم گرفته بود که حالا چه کسی به افتخار دامادی او نائل می شود .

بسادگی جواب دادم : درس می خوندم و او بی توجه به سن و سالش پوزخندی زد و با حالت جلفی گفت :نه بابا جون من درس می خونی؟ من که حسابی یکه خورده بودم و انتظار چنین رفتاری را نداشتم گفتم : بله جدا درس می خوندم . مگر شما فکر دیگری می کردی؟ سری تکان داد و گفت : شماها هم جوانید و جاهل و یک وقت ممکنه بی تجربگی بکنید و ...

تا من آمدم ادعای شرف بکنم ، به حرفش ادامه داد و گفت : خوب دیگه این حرفها مهم نیست ، برویم سر اصل مطلب ... حاج و واج ماندم که خدایا اصل مطلب چیست ، خوشبختانه خود آن خانم جواب داد : حقیقت اینه که پسر خواهر من جوان برومندی است و ماشاالله صدها کشته ومرده میان دخترها داره چند روزی است که برای گردش رفته کنار دریا و مادرش که خواهر خودم باشد خیال دارد قبل از آنکه او برگردد برایش یک زن خوب و نجیب و تحصیلکرده پیدا کند تا تورج خان که از سفر برایش سور...سور...چی میگن؟ گفتم : سور پرین " و ادامه داد " آهان ...سورپرین باشد و اینطور که مادر شما می گفت ، من فکر می کنم شما از هر جهت لیاقت همسری تورج خان عزیزما را دارید.

با این صحبت ها تا حدی مرا شوکه کرده بود اما زود بخود آمدم و گفتم : "فهمیدم " شماها برای من تله گذاشتید، پسره خودش با دوستانش رفته تقویر کنار دریا و حالا مامان جوش راه افتاده دوره که براش دختر خوب پیدا کنه و دست طرف را بنگاره توی حنا ، نه جونم ما اهلش نیستیم ، من اگر بخوام شوهرکنم ، خودم آنقدر عرضه دارم که یک شوهرحسابی پیدا کنم ، لازم نیست شما زحمت بکشید !

حاضران خوش نیامد چون مرتباً تکرار می کردند : واه، واه پنا بخدا راست میگن چون ها میرن فرنگ اخلاقشون فاسد میشه ... دختره عین هیپی جنگلی ها حرف میزنه ! و مامان بالحن شرمساری می گفت : شما ببخشیدش بی تجربه است ، نمی داند چه می گوید . دست مامان را گرفتم و بزور از سوپر مارکت کشیدمش بیرون .

یک هفته بعد هم عطای تعطیلات را به لقایش بخشیدم و به انگلیس برگشتم ، حالا مامان مرتباً برام توی نامه می نویسه ، اگر در ایران نتوانستی هیچ کاری بکنی اقلاً آنجا بفکر باش و هر چه زودتر مزده موافقت را برابم بنویس تا بدر و دیوار همسایه خبربدهم .

منم مرتب به او امید می دهم و خودم هم امیدوارم روزی این همه امید به حاصلی برسد شما هم دعا کنید.

■ یک هفته بعد هم عطای تعطیلات را به لقایش بخشیدم و به انگلیس برگشتم ، حالا مامان مرتباً برام توی نامه می نویسه ، اگر در ایران نتوانستی هیچ کاری بکنی اقلاً آنجا بفکر باش و هر چه زودتر مزده موافقت را برابم بنویس تا بدر و دیوار همسایه خبربدهم .

آشپزی

کباب ماهی



مواد لازم:
یک کیلو ماهی حوور(تن)
زعفران ساائیده یک قاشق مرباخوری
یک لیوان آبلیمو
دو عدد پیاز بزرگ رنده شده
طرز تهیه:
ماهی پوست گرفته به تکه های نازک چهارگوش در می آوریم ، نیم ساعت نمک زده می گذاریم . بعد از نمک ، شسته در ظرفی ریخته زعفران و آبلیمو و پیاز رنده شده به آن اضافه می کنیم می گذاریم دو ساعت در آبلیمو بماند، سپس در توری گذاشته دو طرف ماهی را با روغن آغشته می کنیم و روی آتش ذغال کباب می کنیم، خیلی هم خوشمزه است .

ماهی شکم پر



مواد لازم:
یک عدد ماهی درسته (پیا یا سنگسر یا سرخو یا خنو یا جهور)
ربع کیلو ، سیر یک بوته ، پیاز بزرگ یک بوته
ادویه و فلفل و زرد چوبه به اندازه دلخواه
طرز تهیه:

شکم ماهی را بازمی کنیم و خالی کرده ، آبشش ماهی را بیرون می آوریم و در پهلو ماهی را شکاف می دهیم . یک ساعت نمک زده می گذاریم ، سپس از نمک شسته سبزی و سیرو پیاز را کوبیده یا چرخ می کنیم . فلفل و زرد چوبه را به سبزی اضافه می کنیم، شکم ماهی و دو پهلو را با سبزی پر می کنیم . در یک سینی گذاشته در فر قرار می دهیم .

ماهی شور با تخم مرغ

مواد لازم:

نیم کیلو ماهی شور
دو عدد پیاز بزرگ
چهار عدد تخم مرغ
طرز تهیه:

ماهی را شسته به مدت نیم ساعت در آب می جوشانیم ، سپس از تیغ و پوست جدا کرده پیاز را ریز خرد می کنیم.دو پیمانه روغن در دیگ ریخته پیاز را در روغن تفت می دهیم . زردچوبه و فلفل به آن اضافه کرده ، ماهی را در آن ریخته خوب هم می زنیم تا ماهی و پیاز سرخ شود .

تخم مرغ را خوب به هم می زنیم و به ماهی ها اضافه می کنیم و آن قدر به هم می زنیم تا تخم مرغ با پیاز و ماهی مخلوط شود ، سپس از روی گاز بر می دارید .

آگهی حصر وراثت

خانم فرشته شادمانی بشماره شناسنامه ۷۶ صادره ازلاړستان بشرح دادخواست بکلا سه ۸۷/۲۵/۲۵/ص این شورا درخواست گواهی حصروراثت نموده و چنین توضیح داده که در تاریخ ۸۶/۴/۱۴ در بندر لنگه بدورد زندگی گفته ورثه حین الفوت آن مرحوم منحصر است به:

۱- محمود شادمانی پسر متوفی ۲- احمد شادمانی ۳- مسعود شادمانی ۴- مرتضی شادمانی ۵-مهرداد شادمانی ۶-دختر متوفی سیمین دخت شادمانی ۷- پروین شادمانی ۸ - طوبی شادمانی ۹-فرشته شادمانی همگی پسران و دختران متوفی می باشند . اینک با انجام تشریفات مقدماتی درخواست مزبور را یک نوبت آگهی می نماید تا هر کسی اعتراضی دارد و یا وسیقیننامه ات متوفی نزد او باشد از تاریخ نشر نخستین آگهی ظرف یک ماه به دادگاه تقدیم دارد والا گواهی صادر خواهد شد .

قاضی و مشاور شورای حل اختلاف حوزه اصفاف بندر لنگه

گروه صنعتی کمپش فلز همرنگان

دفتر مرکزی:

بندر عباس - خیابان سید جمال الدین اسد آبادی - ساختمان مارال
طبقه هفتم واحد ۲۳ - تلفکس: ۰۲۲۳۴۷۴۰ و ۲۲۳۸۵۸۶ (۰۷۶۱)

E- mail. info@kfi- Group.com info@kfi- Geoup.ir
website.http://www.kfi-group.com http://www.kfi-Group.ir

Koobesh Felez Industrial Group

K.F.I Group

Head office : No 23 - ۲th floor - maral building - sayed jamal st
bandar abbas- Iran- Telfax : ۰۵۵۵-۲۲۳۱-2238386-۲ ۰۵۵۳۴۰۶۰

E- mail. info@kfi- Group.com info@kfi- Geoup.ir
website.http://www.kfi-group.com http://www.kfi-Group.ir

آزمایشگاه های

دکتر محسن دهقانی استادیار دانشکده پزشکی

■ تشخیص طبی ■ باتولوژی ■ سیتولوژی ■ مغز استخوان

مجهز به دستگاههای تمام اتوماتیک نظیر
cell counter , Auto Analyzer , Nephrometer , Eliza , vidas immuno Analayze

انجام اورژانسی کلیه آزمایشات

بندر عباس /خیابان اسد آبادی /انداى خیابان شهید کارزونی /ساختمان پزشکان میلاذ /طبقه همکف تلفن های تماس: ۲۲۲۴۵۷۷- ۲۲۳۱۸۸۳

صیادان عزیز

آیا می دانید؟

شاغلین در بخش صید و صیادی قبل از انقلاب ۳۷۰۰ نفر بوده اند اما هم اکنون بیش از ۲۷۰۰۰ نفر از ساحل نشینان هرمزگانی در حرفه صیادی مشغول به کار می باشند

روابط عمومی اداره کل شیلات هرمزگان